

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Paszтет 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250 g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	żurek z ziemni. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), rzodkiewka 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rosłonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2138.44 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 86.90 g; Węglowodany ogółem: 254.78 g; Sól: 6.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.87 g; suma cukrów prostych: 53.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;

<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rosłonka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.21 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 71.69 g; Węglowodany ogółem: 260.89 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.91 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, twarózek 70g (2), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	selerowa z ziemni. 400ml b/soli(1,2,13), kasza jęczmienna 200g b/soli(1), Filet z kurczaka gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1887.35 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 56.22 g; Węglowodany ogółem: 249.10 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 55.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;

<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rosłonka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2370.20 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 56.46 g; Węglowodany ogółem: 351.48 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.06 g; suma cukrów prostych: 96.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rosłonka 5g , pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2221.72 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.74 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g;

<b>poniedziałek 2024-03-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rosłonka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2280.81 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 81.74 g; Węglowodany ogółem: 263.94 g; Sól: 7.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 56.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Herbata z cukrem 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2),	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1916.92 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 230.16 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.32 g; suma cukrów prostych: 48.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2), brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1874.65 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 87.26 g; Węglowodany ogółem: 187.21 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.17 g; suma cukrów prostych: 60.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2189.80 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 69.88 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; Sól: 6.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 55.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Pasztet 50g (1,13,8,11,2,3), pomidor 100g, rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z kapusty czerwonej 120 g*, kasza gryczana 200g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mandarynka 1 szt.,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2235.96 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 81.82 g; Węglowodany ogółem: 293.23 g; Sól: 5.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g; suma cukrów prostych: 47.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kasza gryczana 200g, Surówka z kapusty czerwonej 120 g*,	Herbata b/c 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb razowy 90g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2181.26 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 288.98 g; Sól: 6.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 45.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rzodkiewka 100g, rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2103.65 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 66.61 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; Sól: 1.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; suma cukrów prostych: 54.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;

poniedziałek 2024-03-18		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, wafle ryżowe 60g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*,	selerowa z ziemniakami 400ml b/ml(1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1856.85 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 297.99 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.07 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-03-18		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1900.41 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 52.82 g; Węglowodany ogółem: 260.65 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.62 g; suma cukrów prostych: 54.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

poniedziałek 2024-03-18		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), ryż z jabłkami si 300g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.80 kcal; Białko ogółem: 83.68 g; Tłuszcz: 80.23 g; Węglowodany ogółem: 287.19 g; Sól: 6.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.69 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;

poniedziałek 2024-03-18		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna light 10g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kasza gryczana 200g, mandarynka 1 szt.,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Herbata b/c 250ml*, roszponka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkopt bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 1 szt.*(150g) (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2083.48 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 288.53 g; Sól: 6.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.24 g; suma cukrów prostych: 59.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

poniedziałek 2024-03-18		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1), bukiet warzyw dieta 120g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g , serek homog.naturalny 70g. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2593.51 kcal; Białko ogółem: 123.34 g; Tłuszcz: 95.50 g; Węglowodany ogółem: 307.44 g; Sól: 8.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.09 g; suma cukrów prostych: 91.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;

poniedziałek 2024-03-18		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka domowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2230.71 kcal; Białko ogółem: 108.97 g; Tłuszcz: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Sól: 6.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.42 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3), jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2678.40 kcal; Białko ogółem: 122.81 g; Tłuszcz: 76.67 g; Węglowodany ogółem: 378.70 g; Sól: 7.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.36 g; suma cukrów prostych: 120.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250 g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2641.04 kcal; Białko ogółem: 120.91 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 381.58 g; Sól: 6.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.45 g; suma cukrów prostych: 122.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rosółka 5g ,	ziemniaczana 400ml m b/soli(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody b/soli 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2547.96 kcal; Białko ogółem: 111.55 g; Tłuszcz: 72.07 g; Węglowodany ogółem: 367.49 g; Sól: 5.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 114.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rosółka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2571.67 kcal; Białko ogółem: 126.43 g; Tłuszcz: 62.76 g; Węglowodany ogółem: 378.41 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.94 g; suma cukrów prostych: 116.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rosółka 5g , twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2491.80 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 67.81 g; Węglowodany ogółem: 362.39 g; Sól: 5.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 98.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.78 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ser topiony 50g* (2), rosółka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),
	<b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2621.80 kcal; Białko ogółem: 125.45 g; Tłuszcz: 76.81 g; Węglowodany ogółem: 360.74 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 100.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

<b>wtorek 2024-03-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2129.32 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 285.77 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.58 g; suma cukrów prostych: 82.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.48 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2082.72 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 94.51 g; Węglowodany ogółem: 209.84 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.80 g; suma cukrów prostych: 78.71 g; Błonnik pokarmowy: 16.35 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2613.37 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 76.13 g; Węglowodany ogółem: 369.16 g; Sól: 6.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; suma cukrów prostych: 119.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kiwi 1szt., brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2201.63 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.01 g; suma cukrów prostych: 50.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2727.85 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 71.03 g; Węglowodany ogółem: 416.86 g; Sól: 5.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.27 g; suma cukrów prostych: 116.56 g; Błonnik pokarmowy: 41.22 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, roszonek 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	ziemniaczana b-mąki 350ml(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, brokuły z wody 120 g,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2179.55 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 335.63 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; suma cukrów prostych: 96.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

wtorek 2024-03-19 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	ziemniaczana b/ml 400ml (1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt. ,
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2093.95 kcal; Białko ogółem: 81.02 g; Tłuszcz: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 385.33 g; Sól: 5.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.30 g; suma cukrów prostych: 112.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2024-03-19			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rozszponka 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250 g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2469.24 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 52.92 g; Węglowodany ogółem: 381.34 g; Sól: 6.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.15 g; suma cukrów prostych: 122.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

wtorek 2024-03-19			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ser topiony 50g* (2), rozszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2224.24 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 64.89 g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; Sól: 5.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.21 g; suma cukrów prostych: 130.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;

wtorek 2024-03-19			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rozszponka 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kiwi 1szt., brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta rybna 70 g(2,4), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150g(2),	<b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(8),	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2441.11 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 57.48 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; Sól: 7.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.56 g; suma cukrów prostych: 89.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g;

wtorek 2024-03-19			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), Ser topiony 50g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab duszony 80g w sosie własnym (1,2), brokuły z wody 100g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka 100g, rozszponka 10g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),			
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2753.25 kcal; Białko ogółem: 132.73 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 376.06 g; Sól: 7.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.39 g; suma cukrów prostych: 116.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

wtorek 2024-03-19			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), jabłko deserowe 1 szt., Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Makaron z serem 300g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ser żółty 60g (2), ogórek zielony 100g,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2378.95 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 76.81 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; Sól: 6.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.16 g; suma cukrów prostych: 133.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kielbaska śląska 60g(1,11), pomidor 100g, Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	grochowa z ziem. 350ml(1,2,8,13), jajko w sosie chrzanowym 1szt. (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2761.76 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węglowodany ogółem: 381.88 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.40 g; suma cukrów prostych: 86.40 g; Błonnik pokarmowy: 39.77 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g(1,11), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rzodkiewka 100g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,8), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.93 kcal; Białko ogółem: 85.06 g; Tłuszcz: 81.16 g; Węglowodany ogółem: 353.61 g; Sól: 7.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 76.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	barszcz czerwony b/s 400ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), sos pietruszkowy 100g b/soli(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2277.55 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 66.80 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; Sól: 5.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.08 g; suma cukrów prostych: 81.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.64 kcal; Białko ogółem: 82.31 g; Tłuszcz: 63.34 g; Węglowodany ogółem: 349.41 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 72.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 100 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2472.25 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 332.98 g; Sól: 5.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 71.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g(1,11), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,8), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), roszponka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2728.33 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 95.25 g; Węglowodany ogółem: 356.12 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.24 g; suma cukrów prostych: 79.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

<b>środa 2024-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g (2), brokuły z wody 150g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 150g*(1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150g(2), Woda mineralna 500ml*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2371.33 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 84.49 g; Węglowodany ogółem: 296.97 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2070.06 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 88.87 g; Węglowodany ogółem: 220.85 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.79 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Błonnik pokarmowy: 17.46 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,8),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2501.92 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 74.61 g; Węglowodany ogółem: 359.12 g; Sól: 6.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; suma cukrów prostych: 100.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g(1,11), pomidor 100g, rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2345.13 kcal; Białko ogółem: 72.75 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; Sól: 8.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.13 g; suma cukrów prostych: 81.70 g; Błonnik pokarmowy: 40.26 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2576.23 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 81.42 g; Węglowodany ogółem: 392.15 g; Sól: 6.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 75.08 g; Błonnik pokarmowy: 41.86 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki 350ml (2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2038.15 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 263.43 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.84 g; suma cukrów prostych: 67.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g;

środa 2024-03-20 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., kielbaska śląska 60g(1,11), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), rzodkiewka 100g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,8), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2031.07 kcal; Białko ogółem: 63.43 g; Tłuszcz: 58.15 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; Sól: 6.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.20 g; suma cukrów prostych: 57.88 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,8), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2170.13 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 43.80 g; Węglowodany ogółem: 355.63 g; Sól: 6.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.39 g; suma cukrów prostych: 78.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;

środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2416.31 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 340.88 g; Sól: 6.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.76 g; suma cukrów prostych: 79.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
margaryna rama 20g 2szt., pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata b/c 250g, kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 150ml ,	<b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2321.03 kcal; Białko ogółem: 88.94 g; Tłuszcz: 47.60 g; Węglowodany ogółem: 375.16 g; Sól: 9.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.63 g; suma cukrów prostych: 97.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2752.13 kcal; Białko ogółem: 114.89 g; Tłuszcz: 98.19 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; Sól: 8.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.00 g; suma cukrów prostych: 79.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

środa 2024-03-20		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), ogórek zielony 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Klops drobiowy parowany 90g* (1,2,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Bułka kajzerka 50g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 150g(2) 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2527.33 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 362.72 g; Sól: 7.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.69 g; suma cukrów prostych: 83.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kurczak pieczony - 130 (11,13),	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2602.40 kcal; Białko ogółem: 127.23 g; Tłuszcz: 87.54 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 74.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.81 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 89.66 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.15 g; suma cukrów prostych: 71.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, szpinak gotowany b/soli 100g, Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2207.39 kcal; Białko ogółem: 117.14 g; Tłuszcz: 64.73 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.54 g; suma cukrów prostych: 78.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Kurczak gotowany - 130, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.32 kcal; Białko ogółem: 117.24 g; Tłuszcz: 80.00 g; Węglowodany ogółem: 316.32 g; Sól: 5.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 79.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek wiejski 70g (2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2303.00 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 69.43 g; Węglowodany ogółem: 307.10 g; Sól: 5.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.98 g; suma cukrów prostych: 74.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.83 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2768.51 kcal; Białko ogółem: 144.18 g; Tłuszcz: 102.37 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Sól: 7.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.95 g; suma cukrów prostych: 73.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

<b>czwartek 2024-03-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 400ml*(1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1935.85 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 237.85 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.03 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1934.67 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 190.39 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 71.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.83 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2480.60 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.15 g; suma cukrów prostych: 108.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z tunczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), <b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), Kurczak gotowany - 130, pomarańcza 1 szt,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2466.53 kcal; Białko ogółem: 130.78 g; Tłuszcz: 89.77 g; Węglowodany ogółem: 296.20 g; Sól: 6.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kurczak gotowany - 130,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2698.09 kcal; Białko ogółem: 126.42 g; Tłuszcz: 89.89 g; Węglowodany ogółem: 351.52 g; Sól: 6.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.66 g; suma cukrów prostych: 74.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.54 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ryżowa 350ml(8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2155.72 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 96.24 g; Węglowodany ogółem: 230.37 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.10 g; suma cukrów prostych: 79.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.64 g;

czwartek 2024-03-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., polędwica sopocka 50g(8), Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2108.01 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 59.83 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.56 g; suma cukrów prostych: 48.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2024-03-21			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., połędwica sopocka 50g(8), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, rozspanka 5g ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.01 kcal; Białko ogółem: 122.82 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; Sól: 6.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.85 g; suma cukrów prostych: 71.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

czwartek 2024-03-21			Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Sałatka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Ryżowa 350ml(8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt., Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.07 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 85.84 g; Węglowodany ogółem: 304.64 g; Sól: 6.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.14 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;

czwartek 2024-03-21			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130, pomarańcza 1 szt,	Herbata b/c 250g, margaryna light 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2462.85 kcal; Białko ogółem: 138.89 g; Tłuszcz: 79.01 g; Węglowodany ogółem: 297.33 g; Sól: 7.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.37 g; suma cukrów prostych: 55.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

czwartek 2024-03-21			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), połędwica sopocka 50g(1,2,3,8,11,13), Sałatka z tuńczykiem, kukurydzą, pietruszką, papryką 150g* (4), ser żółty 60g (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g,			
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2983.55 kcal; Białko ogółem: 164.92 g; Tłuszcz: 113.95 g; Węglowodany ogółem: 314.33 g; Sól: 9.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.71 g; suma cukrów prostych: 73.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;

czwartek 2024-03-21			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), sałatka owocowa 120g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Kurczak gotowany - 130,	Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), ogórek zielony 100g, rukola 5g,			
<b>II Śniadanie:</b> budyń z sokiem malinowym 250ml(2),	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2609.57 kcal; Białko ogółem: 126.99 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; Sól: 6.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 104.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ser żółty 60g (2).	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2853.47 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 108.10 g; Węglowodany ogółem: 356.69 g; Sól: 9.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.31 g; suma cukrów prostych: 91.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2414.76 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 70.29 g; Węglowodany ogółem: 332.40 g; Sól: 6.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	krupnik 400ml b/soli (1,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2266.11 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 67.15 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; Sól: 5.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.51 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.49 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), brokuły z wody 120 g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2394.21 kcal; Białko ogółem: 108.21 g; Tłuszcz: 71.47 g; Węglowodany ogółem: 333.12 g; Sól: 6.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.44 g; suma cukrów prostych: 81.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g,
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.42 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 68.46 g; Węglowodany ogółem: 314.19 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 66.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek wiejski 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo owocowy 70g, pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczerek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2596.06 kcal; Białko ogółem: 137.05 g; Tłuszcz: 76.24 g; Węglowodany ogółem: 344.02 g; Sól: 7.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.09 g; suma cukrów prostych: 92.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

<b>piątek 2024-03-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1922.67 kcal; Białko ogółem: 94.84 g; Tłuszcz: 65.31 g; Węglowodany ogółem: 251.74 g; Sól: 1.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.57 g; suma cukrów prostych: 51.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuly z wody 120 g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 5g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1860.45 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 87.41 g; Węglowodany ogółem: 187.96 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 63.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.62 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml( 1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 150g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.18 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 352.65 g; Sól: 6.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.57 g; suma cukrów prostych: 112.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszonek 5g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Biszkoty bez cukru 30g (1,3),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2341.59 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 353.17 g; Sól: 7.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.10 g; suma cukrów prostych: 62.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 100g, twaróg krajanka 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.15 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 67.32 g; Węglowodany ogółem: 361.62 g; Sól: 7.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 70.87 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), wafle ryżowe 60g(8),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2095.60 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 62.86 g; Węglowodany ogółem: 302.37 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.55 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

piątek 2024-03-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), roszonek 5g ,	krupnik 400ml b/mleka(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Ziemniaki 200g* (2), brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2040.46 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 348.48 g; Sól: 7.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.89 g; suma cukrów prostych: 51.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-22		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml(1,2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg krajanka 70g(2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2242.96 kcal; Białko ogółem: 116.44 g; Tłuszcz: 51.42 g; Węglowodany ogółem: 332.16 g; Sól: 6.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.22 g; suma cukrów prostych: 81.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

piątek 2024-03-22		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), pomidor 100g,
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2011.38 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 65.62 g; Węglowodany ogółem: 254.71 g; Sól: 5.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.25 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Błonnik pokarmowy: 20.54 g;

piątek 2024-03-22		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna light 10g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), kakao b/c 250ml (1,2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), roszonek 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), surówka z ogórka kisz. 120g(3,11,13), gruszka 1 szt.,	Herbata b/c 250g, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna light 10g (2), papryka św. 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13), roszonek 5g,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 150ml,	<b>Podwieczorek:</b> Ciasteczka zbożowe 25g (1),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2189.39 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 48.18 g; Węglowodany ogółem: 329.88 g; Sól: 8.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.44 g; suma cukrów prostych: 75.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

piątek 2024-03-22		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, serek homo owocowy 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, szynka dębowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 2 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt naturalny 150g, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2665.36 kcal; Białko ogółem: 140.94 g; Tłuszcz: 82.93 g; Węglowodany ogółem: 342.31 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.28 g; suma cukrów prostych: 90.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

piątek 2024-03-22		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml(2), kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), dżem 50g, jabłko deserowe 1 szt., Ryż na mleku 350 ml*(2),	Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, filet z morszczuka parowany 100g(4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), Banan 1 szt,
<b>II Śniadanie:</b> galaretki 250g,	<b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2611.26 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 395.93 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.52 g; suma cukrów prostych: 138.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Duszone mięso drobiowe z pieczarkami i ogórkiem konserwowym 150g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*, makaron 200g (1,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2261.97 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 101.99 g; Węglowodany ogółem: 260.84 g; Sól: 7.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; suma cukrów prostych: 65.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2008.79 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 69.96 g; Węglowodany ogółem: 267.14 g; Sól: 6.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.00 g; suma cukrów prostych: 65.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki b/soli 200g m, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.49 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; Sól: 5.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 87.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.71 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.78 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 317.53 g; Sól: 5.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 85.66 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2298.28 kcal; Białko ogółem: 108.98 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 321.74 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 88.98 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2142.14 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; Sól: 6.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.58 g; suma cukrów prostych: 72.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

<b>sobota 2024-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120g,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1936.78 kcal; Białko ogółem: 83.47 g; Tłuszcz: 63.55 g; Węglowodany ogółem: 270.15 g; Sól: 1.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.06 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna XIII</span>		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g, Masło 10g(2),	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1805.83 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 83.61 g; Węglowodany ogółem: 174.86 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 77.24 g; Błonnik pokarmowy: 11.20 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII</span>		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2406.95 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 67.43 g; Węglowodany ogółem: 349.27 g; Sól: 6.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.45 g; suma cukrów prostych: 119.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI</span>		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, rosółka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 150g ,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
<b>II Śniadanie:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Podwieczorek:</b> maślanka 150 ml (2),	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkoptowy bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2044.02 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 73.46 g; Węglowodany ogółem: 290.28 g; Sól: 5.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.95 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.84 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V</span>		
Herbata b/c 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rosółka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoptowy bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2047.54 kcal; Białko ogółem: 83.58 g; Tłuszcz: 64.57 g; Węglowodany ogółem: 300.04 g; Sól: 5.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 52.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL</span>		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rosółka 5g , wafle ryżowe 60g(8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Ziemniaki 200g* (2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2247.09 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 89.80 g; Węglowodany ogółem: 275.94 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.78 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rosółka 5g ,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Filet z kurczaka gotowany 80g, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g* (2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna rama 20g 2szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2300.22 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; Sól: 6.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.74 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

sobota 2024-03-23 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roslinna 10g 1szt., twarożek 70g (2), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rosółka 5g ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid.300g(1,3,13), Sałata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roslinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	<b>Podwieczorek:</b> grejfrut 150g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoptowy bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1836.99 kcal; Białko ogółem: 78.65 g; Tłuszcz: 51.09 g; Węglowodany ogółem: 266.90 g; Sól: 6.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.71 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), pomidor 100g, roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Makaron z serem 300g* (1,2,3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2202.85 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 287.45 g; Sól: 6.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.42 g; suma cukrów prostych: 95.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Herbata b/c 250g, margaryna light 10g (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), rzodkiewka 100g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), roszponka 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*, grejfrut 1 szt,	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,	Podwieczorek: maślanka 150 ml (2),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2129.12 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 300.34 g; Sól: 6.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2499.54 kcal; Białko ogółem: 120.63 g; Tłuszcz: 103.10 g; Węglowodany ogółem: 273.39 g; Sól: 8.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.22 g; suma cukrów prostych: 70.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;

sobota 2024-03-23 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pasta jajeczna 70g z zieloną pietruszką(1,3,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Makaron z sosem mięsno-pomid. 300g(1,3,13), Salata zielona z sosem winegret 100g*,	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g,
	Podwieczorek: grejfrut 150g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2091.37 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 83.16 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 57.83 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g;

## Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym (1), Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 1 szt., Masło 15g*(2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> kiwi 1szt.,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.53 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 83.51 g; Węglowodany ogółem: 357.27 g; Sól: 8.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.64 g; suma cukrów prostych: 94.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2675.76 kcal; Białko ogółem: 132.61 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 363.89 g; Sól: 8.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.92 g; suma cukrów prostych: 101.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, ziemniaki b/soli 200g m, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos jarzynowy b/soli 100g(1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2588.98 kcal; Białko ogółem: 135.41 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 342.75 g; Sól: 6.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.99 g; suma cukrów prostych: 103.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.76 kcal; Białko ogółem: 133.76 g; Tłuszcz: 76.92 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Sól: 6.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.14 g; suma cukrów prostych: 104.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2550.45 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 79.67 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; Sól: 5.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; suma cukrów prostych: 82.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ser topiony 50g* (2), rozspanka 5g ,
	<b>Podwieczerek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2789.16 kcal; Białko ogółem: 141.50 g; Tłuszcz: 80.47 g; Węglowodany ogółem: 365.99 g; Sól: 8.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.49 g; suma cukrów prostych: 103.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

<b>niedziela 2024-03-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g(2), brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2108.63 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Sól: 1.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.37 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2136.57 kcal; Białko ogółem: 121.92 g; Tłuszcz: 93.91 g; Węglowodany ogółem: 208.70 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.06 g; suma cukrów prostych: 82.43 g; Błonnik pokarmowy: 14.72 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Grysikowa 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13),
	<b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2776.53 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 77.81 g; Węglowodany ogółem: 378.71 g; Sól: 7.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 129.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 30g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata b/c 250g, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papykarz 70g (4,8), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.86 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 76.89 g; Węglowodany ogółem: 317.90 g; Sól: 8.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.36 g; suma cukrów prostych: 54.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2747.45 kcal; Białko ogółem: 134.97 g; Tłuszcz: 73.70 g; Węglowodany ogółem: 392.01 g; Sól: 8.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.61 g; suma cukrów prostych: 97.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.58 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane b/mąki 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), wafle ryżowe 60g(8),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2035.58 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 63.25 g; Węglowodany ogółem: 261.92 g; Sól: 6.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.40 g; suma cukrów prostych: 98.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

niedziela 2024-03-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszonek 5g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1948.85 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 31.27 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; Sól: 6.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 9.50 g; suma cukrów prostych: 58.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2024-03-24			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rozszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2503.96 kcal; Białko ogółem: 132.36 g; Tłuszcz: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 363.65 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.62 g; suma cukrów prostych: 101.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

niedziela 2024-03-24			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, rozszponka 5g ,			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2576.58 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 80.73 g; Węglowodany ogółem: 358.91 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.56 g; suma cukrów prostych: 101.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

niedziela 2024-03-24			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna light 10g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), papryka św. 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g* (2), kiwi 1szt., Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, ogórek kiszony 100g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna light 10g (2), rozszponka 5g ,			
<b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	<b>Podwieczorek:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2619.94 kcal; Białko ogółem: 147.23 g; Tłuszcz: 62.61 g; Węglowodany ogółem: 362.67 g; Sól: 9.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.52 g; suma cukrów prostych: 101.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g;

niedziela 2024-03-24			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Sztuka mięsa wieprzowa 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Ser topiony 50g* (2),			
	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2955.76 kcal; Białko ogółem: 157.61 g; Tłuszcz: 92.17 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; Sól: 9.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.92 g; suma cukrów prostych: 101.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

niedziela 2024-03-24			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g* (2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,2,3,8,11,13), pomidor 100g,			
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	<b>Podwieczorek:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1),			

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2588.47 kcal; Białko ogółem: 134.13 g; Tłuszcz: 65.90 g; Węglowodany ogółem: 355.15 g; Sól: 7.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 91.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

Dietetyk

.....